

## Cemotherapi

Mae'r wybodaeth hon ynghylch cemotherapi.

Ceir esboniad o'r geiriau sydd wedi eu tanlinellu yn y rhestr geiriau ar y diwedd. Mae'r rhestr geiriau hefyd yn cynnwys sut i ddweud y geiriau yn Saesneg.

Bydd llawer o bobl gyda chanser yn cael cemotherapi fel rhan o'u triniaeth.

Mae rhai pobl hefyd yn cael triniaethau eraill fel llawfeddygaeth, radiotherapi, therapïau targedig neu gyffuriau eraill gwrth-ganser. Bydd y meddygon yn yr ysbyty yn siarad â chi am eich triniaeth. Mae gennym hefyd wybodaeth yn eich iaith am y triniaethau hyn.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am y wybodaeth hon, gofynnwch i'ch meddyg, nyrs neu fferylllydd yn yr ysbyty lle rydych yn cael eich triniaeth.

Gallwch hefyd ffonio Cymorth Canser Macmillan ar radffôn **0808 808 00 00 7** diwrnod yr wythnos, rhwng 8am a 8pm. Mae gennym gyfieithwyr, felly gallwch siarad â ni yn eich iaith eich hun. Pan fyddwch yn ein ffonio, dywedwch wrthym yn Saesneg pa iaith yr ydych ei hangen.

Mae yna ragor o wybodaeth ar ganser mewn ieithoedd eraill ar [macmillan.org.uk/translations](http://macmillan.org.uk/translations)

### Mae'r wybodaeth hon yn trafod:

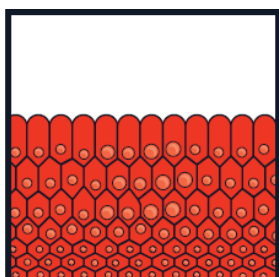
- Beth yw canser?
- Beth yw cemotherapi?
- Pryd y defnyddir cemotherapi?
- Cael cemotherapi
- Deall eich triniaeth
- Profion cyn triniaeth
- Ble fyddwch chi'n cael triniaeth?
- Pa mor hir mae triniaeth yn cymryd?
- Newidiadau i'ch cynllun triniaeth
- Sgil effeithiau
- Gwybodaeth bwysig arall
- Cael y gofal a'r cymorth cywir i chi
- Sut y gall Macmillan eich helpu chi
- Rhestr geiriau
- Mwy o wybodaeth yn Gymraeg
- Cyfeiriadau a diolchiadau

## Beth yw cancer?

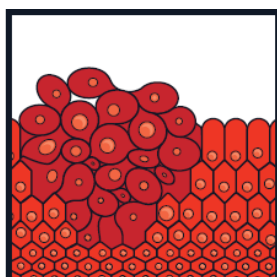
Mae cancer yn cychwyn mewn celloedd yn ein corff. Celloedd yw'r blociau adeiladu bychain sy'n ffurfio'r organau a meinwe yn y corff. Mae celloedd yn cael negeseuon gan y corff sy'n dweud wrthynt pa bryd i dyfu, a pha bryd i rannu i wneud celloedd newydd. Dyna sut mae ein cyrff yn tyfu ac yn gwella. Gall y celloedd hyn fynd yn hen, eu difrodi neu nad oes eu hangen mwyach. Pan fydd hyn yn digwydd, mae'r gell yn cael neges gan y corff i stopio gweithio a marw.

Weithiau gall y negeseuon hyn fynd o chwith, a daw'r gell yn annormal. Gall y gell annormal barhau i rannu gan wneud mwy a mwy o gelloedd annormal. Gallant ffurfio lwmp a elwir yn diwmor.

**Celloedd normal**



**Celloedd sy'n ffurfio tiwmor**



Nid yw pob tiwmor yn ganser. Gall lwmp nad yw'n ganser (tiwmor anfalaen) dyfu, ond ni all ledaenu i unrhyw ran arall o'r corff. Mae ond yn achosi problemau fel arfer os yw'n tyfu ac yn pwysu ar organau cyfagos.

Gall lwmp sy'n ganser (tiwmor malaen) dyfu i mewn i feinwe cyfagos.

Weithiau mae celloedd cancer yn torri'n rhydd o'r cancer cyntaf ac yn teithio trwy'r gwaed neu system lymffatig i rannau eraill o'r corff. Gelwir celloedd cancer sy'n lledaenu a datblygu i diwmor rhywle arall yn y corff yn ganser eilaidd.

## Beth yw cemotherapi?

Mae cyffuriau cemotherapi yn difrodi celloedd cancer fel eu bod yn marw. Gellir difrodi celloedd iach hefyd ond fel arfer byddant yn adfer eu hunain.

Gellir rhoi cemotherapi mewn gwahanol ffyrdd. Efallai byddwch yn cael un neu fwy o gyffuriau yn ystod eich triniaeth. Mae'r rhan fwyaf o gyffuriau cemotherapi yn cael eu cludo yn y gwaed. Mae hyn yn golygu y gallant gyrraedd celloedd cancer unrhyw le yn y corff.

## Pryd y defnyddir cemotherapi?

Gellir defnyddio cemotherapi ar ei ben ei hun neu gyda mathau eraill o driniaeth, megis therapïau targedig, llawfeddygaeth neu radiotherapi. Gellir ei roi:

- fel y brif driniaeth ar gyfer mathau penodol o ganser
- cyn triniaethau eraill, i wneud y cancer yn llai
- ar yr un pryd â thriniaethau eraill
- ar ôl triniaethau eraill, i geisio atal y cancer rhag dod yn ei ôl
- i helpu rhywun i deimlo'n well neu fyw yn hirach, os na ellir gwella'r canser.

Weithiau defnyddir cemotherapi hefyd i drin cyflyrau nad ydynt yn ganser.

## Cael cemotherapi

Fel arfer byddwch yn cael eich cemotherapi fel cwrs o sesiynau triniaeth. Caiff pob sesiwn ei ddilyn gan ychydig o ddiwrnodau gorffwys pan na fyddwch yn cael unrhyw gemotherapi. Gelwir hyn yn **gylch** triniaeth. Bydd y nifer o gylchoedd a gewch yn dibynnu ar ba fath o ganser sydd gennych. Bydd eich meddyg cancer yn siarad gyda chi ynghylch sawl cylch byddwch ei angen.

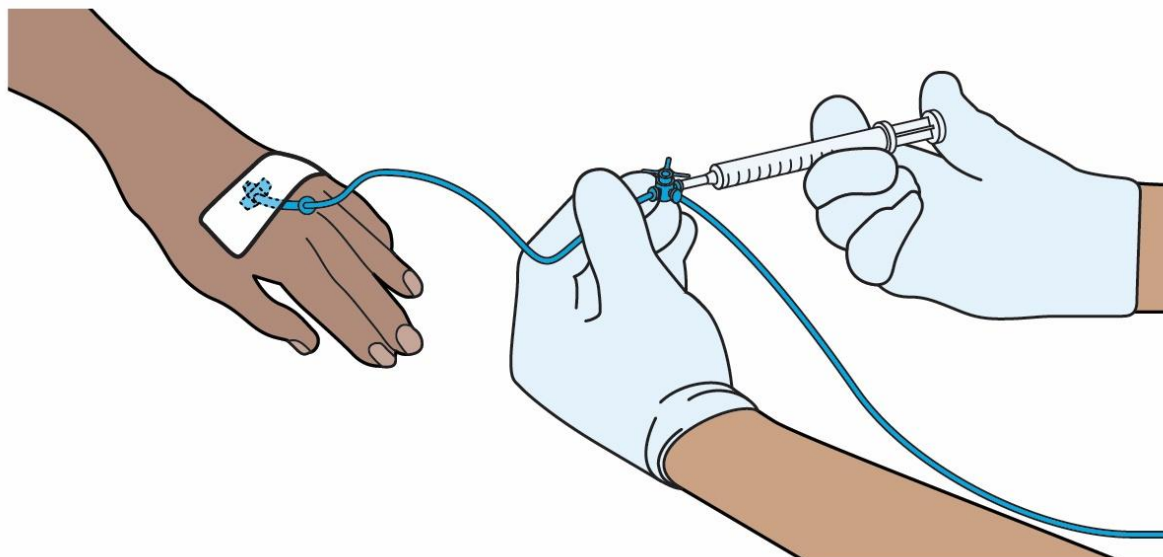
Gellir rhoi cyffuriau cemotherapi mewn gwahanol ffyrdd. Gellir eu rhoi:

- fel chwistrelliad neu ddrip mewn i wythïen.
- fel tabledi neu gapsiwlau
- drwy bigiad o dan y croen
- drwy bigiad i mewn i gyhyr
- drwy chwistrelliad i'r hylif o amgylch yr asgwrn cefn (cemotherapi intrathecal)
- i mewn i ardal fel y bledren
- fel eli ar gyfer rhai canserau'r croen.

## Cael cemotherapi i mewn i wythïen

Rhoddir y rhan fwyaf o gyffuriau cemotherapi i mewn i wythïen. Fel arfer fe'u rhoddir trwy diwb bychan a elwir yn caniwla. Bydd y nyrs yn rhoi'r caniwla i mewn i wythïen yn eich llaw neu fraich. Bydd y nyrs wedyn yn cysylltu'r caniwla naill ai i fag hylif neu chwistrell gyda chemotherapi tu mewn. Bydd y caniwla yn cael ei dynnu allan cyn i chi fynd adref.

### Caniwla:



Gellir rhoi cemotherapi hefyd trwy diwb yn eich braich neu frest. Gelwir llinell yn eich braich yn llinell PICC. Gelwir llinell yn eich brest yn llinell ganolog. Mae'r llinell yn aros i mewn yn ystod eich triniaeth. Bydd eich nyrs yn siarad â chi am hyn os byddwch angen un.

### Llinell ganolog:



## Llinell PICC:



Mae llawer o bobl yn poeni bydd cemotherapi yn boenus, neu y byddant yn teimlo'n wahanol pan fydd yn cael ei roi. Ni ddylai cael cemotherapi i mewn i wythien fod yn boenus, felly dywedwch wrth eich nyrs yn syth os yw'n brifo.

Weithiau, gellir defnyddio pwmp symudol i roi cemotherapi gartref.

### **Cael cemotherapi fel tabledi**

Gellir cymryd tabledi cemotherapi gartref. Dim ond rhai mathau o gemotherapi sy'n dabledi. Mae'n bwysig cofio y gallant achosi sgil effeithiau o hyd.

### **Deall eich triniaeth**

Cyn i chi gael triniaeth, bydd eich meddyg, nyrs neu fferyllydd yn esbonio:

- pam eich bod ei angen
- pa mor aml y byddwch yn ei gael
- y sgil effeithiau posibl
- sut y gallech deimlo ar ôl y driniaeth.

Ni ddylid rhoi unrhyw driniaeth oni bai eich bod yn deall pam eich bod yn ei gael a sut y gallech deimlo. Bydd angen i chi lofnodi ffurflen i ddangos eich bod yn cytuno i gael y driniaeth ac yn deall ei sgil effeithiau posibl. Gelwir hon yn ffurflen ganiatâd.

Mae'n syniad da mynd â rhywun gyda chi sy'n siarad eich iaith chi a Saesneg. Efallai bydd gan yr ysbyty gyfieithwyr, ond ceisiwch ofyn am un ymlaen llaw os hoffech gael un.

Mae meddwl am gael cemotherapi yn poeni llawer o bobl. Fe all helpu gofyn i'ch meddyg, nyrs neu fferyllydd os oes gennych unrhyw gwestiynau am eich triniaeth.

## Profion cyn triniaeth

Efallai byddwch angen ychydig o brofion cyn dechrau eich triniaeth. Mae'r rhain yn helpu'r meddygon i wirio os ydych yn ddigon iach i gael eich triniaeth. Mae'r rhain fel arfer yn cynnwys profion gwaed ac efallai profion ar eich arenau neu galon. Weithiau byddwch angen cael pelydrau-x neu sganiau. Bydd eich taldra a'ch pwysau yn cael eu mesur hefyd. Os gallech fod yn feichiog, efallai y gofynnir i chi gymryd prawf beichiogrwydd.

Cyn pob triniaeth, efallai y cewch brawf gwaed. Gall hyn fod ar ddiwrnod eich triniaeth neu ddiwrnod neu ddau o'i flaen. Bydd eich meddyg neu nyrs yn gwirio eich canlyniadau gwaed ac yn gofyn i chi sut rydych wedi teimlo ers eich triniaeth ddiwethaf.

## Ble fyddwch chi'n cael triniaeth?

Fel arfer byddwch yn cael triniaeth mewn uned ddydd neu ward ysbyty. Weithiau gallwch ei gael gartref. Gallwch siarad â'ch meddyg, nyrs neu fferyllydd ynghylch ble byddwch yn cael triniaeth. Mae'n bwysig sicrhau mai hwn yw'r lle mwyaf diogel i chi ei gael. Efallai bydd angen i chi deithio ar gyfer eich triniaeth. Siaradwch â'ch nyrs os ydych angen help i gyrraedd yr ysbyty neu os ydych angen help gyda chost teithio yno.

## Pa mor hir mae triniaeth yn cymryd?

Fel arfer gallwch gael cemotherapi i mewn i wythïen fel 'claf dydd'. Mae hyn yn golygu nad oes raid i chi aros dros nos ac y gallwch fynd adref ar ôl y driniaeth. Gall triniaeth gymryd o hanner awr i ychydig oriau. Efallai bydd angen i rai pobl aros yn yr ysbyty am gyfnod byr.

Bydd eich cwrs triniaeth fel arfer yn para am ychydig fisoedd. Bydd hyn yn dibynnu ar ba fath o ganser sydd gennych.

## Newidiadau i'ch cynllun triniaeth

Mae eich meddygon yn defnyddio profion i wirio effaith y driniaeth ar eich corff. Weithiau bydd angen oedi neu newid eich triniaeth i roi amser i'ch corff adfer. Gallwch drafod hyn â'ch meddyg.

## Sgil effeithiau

Gall cyffuriau cemotherapi achosi sgil effeithiau sy'n gwneud i chi deimlo'n sâl. Mae hyn oherwydd eu bod yn effeithio ar gelloedd iach yn eich corff. Bydd y rhan fwyaf o sgil effeithiau yn gwella ar ôl i'r driniaeth orffen, ond gall rhai bara yn hirach. Bydd eich meddyg, nyrs neu fferyllydd yn siarad â chi am unrhyw sgil effeithiau y gallech eu cael.

Mae gwahanol gyffuriau yn achosi gwahanol sgil effeithiau. Ychydig iawn o sgil effeithiau a gaiff rhai pobl tra bydd eraill efallai'n cael mwy.

Rydym yn disgrifio'r sgil effeithiau mwyaf cyffredin yma. Mae'n annhebygol y byddwch yn cael pob un o'r rhain. Os sylwch ar unrhyw sgil effeithiau nad ydynt wedi eu rhestru yma, neu os oes gennych unrhyw gwestiynau ynghylch sgil effeithiau, holwch eich meddyg, nyrs neu fferylllydd.

**Bydd eich nyrs yn rhoi rhifau ffôn i chi fel y gallwch ffonio'r ysbyty os ydych yn teimlo'n sâl neu angen cyngor. Gallwch ffonio ar unrhyw adeg o'r dydd neu'r nos. Cadwch y rhifau hyn yn eich ffôn neu cadwch nhw yn rhywle diogel.**

## Haint

Gall cemotherapi leihau nifer y celloedd gwaed gwyn yn eich gwaed. Gelwir hyn yn niwtropenia. Mae hyn yn eich gwneud yn fwy tebygol o gael haint.

Cysylltwch â'r ysbyty ar unwaith ar y rhif cyswllt a roddwyd i chi os:

- yw eich tymheredd yn codi dros 37.5°C (99.5°F)
- ydych yn teimlo'n wael yn sydyn, hyd yn oed os yw eich tymheredd yn normal
- yw eich tymheredd yn mynd yn is na 36°C (96.8°F)
- oes gennych symptomau haint, megis:
  - teimlo'n boeth neu oer
  - teimlo'n grynedig
  - dolur gwddf
  - peswch neu deimlo'n fyr eich gwynt
  - dolur rhydd
  - angen pi-pi yn aml.

Bydd eich celloedd gwaed gwyn fel arfer yn dychwelyd i fod yn normal cyn eich triniaeth nesaf. Byddwch yn cael prawf gwaed cyn cael mwy o gemotherapi. Os bydd eich celloedd gwaed gwyn yn dal yn isel, efallai bydd eich meddyg yn gohirio eich triniaeth am gyfnod byr.

Weithiau ceuwch bigiadau o gyffur o'r enw G-CSF i helpu mêt eich esgyrn i wneud mwy o gelloedd gwaed gwyn.

## Anemia

Gall cemotherapi leihau nifer y celloedd gwaed coch yn eich gwaed. Gall hyn wneud i chi deimlo'n flinedig ac yn fyr o wynt. Dywedwch wrth eich meddyg neu nyrs os ydych yn teimlo fel hyn. Efallai bydd angen i chi gael celloedd gwaed coch ychwanegol (trallwysiad gwaed). Neu gall eich meddyg roi cyffuriau i helpu'ch corff i wneud mwy o gelloedd gwaed coch.

## Cleisio a gwaedu

Gall cemotherapi leihau nifer y platennau yn eich gwaed. Platennau yw'r celloedd sy'n helpu'r gwaed i geulo. Dywedwch wrth eich meddyg neu nyrs os oes gennych unrhyw gleisiau neu waedu. Mae hyn yn cynnwys gwaedlif o'r trwyn, deintgig sy'n gwaedu, smotiau gwaed neu frech ar y croen. Efallai bydd angen platennau ychwanegol ar rai pobl.

## **Blinder**

Mae teimlo'n flinedig iawn yn sgil effaith cyffredin. Yn aml, mae'n waeth tuag at ddiwedd y driniaeth. Gall bara am beth amser ar ôl i'ch triniaeth orffen. Ceisiwch orffwys gymaint ag sydd ei angen. Mae'n helpu hefyd i wneud ychydig o ymarfer corff ysgafn, fel mynd am dro bach. Os ydych yn teimlo'n gysglyd, peidiwch â gyrru neu weithio peiriannau.

## **Teimlo'n gyfogyd neu'n cyfogi**

Efallai y byddwch yn teimlo'n gyfogyd os cewch chi gemotherapi. Efallai bydd eich meddyg yn rhoi cyffuriau (meddyginiaeth) gwrth-salwch i chi i helpu. Cymerwch nhw'n union fel yr eglurodd eich meddyg, nyrs neu fferyllydd wrthyhch. Os ydych yn dal i deimlo'n gyfogyd, cysylltwch â'r ysbyty cyn gynted â phosibl. Gallant roi cyngor i chi a newid y feddyginiaeth am un sy'n gweithio'n well i chi.

## **Colli gwallt**

Mae llawer o bobl yn canfod hyn yn sgil effaith annifyr. Nid yw pob cyffur cemotherapi yn gwneud i chi gollu eich gwallt. Mae rhai cyffuriau yn gwneud i ychydig o wallt ddod o'i wraidd. Gall eraill wneud i chi gollu eich gwallt i gyd. Gall hyn gynnwys gwallt mewn rhannau eraill o'r corff hefyd. Bydd eich meddyg neu nyrs yn egluro beth allai ddigwydd. Gallant hefyd roi cyngor i chi ar sut i ofalu am eich gwallt a chroen eich pen. Gallwch hefyd ofyn am gael wig neu ddarn gwallt.

Os yw eich gwallt yn dod allan, mae fel arfer yn digwydd 2 i 3 wythnos ar ôl dechrau'r driniaeth. Weithiau gall ddigwydd o fewn ychydig ddiwrnodau. Fel arfer bydd gwallt yn tyfu yn ôl dros ychydig fisoedd ar ôl i chi orffen y driniaeth.

Efallai y gallwch leihau faint o wallt a gollir trwy ddefnyddio rhywbeth o'r enw oeri croen y pen neu gap oer. Mae hyn yn gostwng tymheredd croen eich pen yn ystod triniaeth. Nid yw pawb yn gallu cael oeri croen y pen, ond gallwch ofyn i'ch nyrs a fyddai'n ddefnyddiol i chi.

## **Rhwymedd**

Gall cemotherapi achosi rhwymedd. Gall yfed llawer, bwyta bwyd gyda llawer o ffibr, a gwneud ymarfer corff ysgafn helpu. Os ydych yn dal i fod yn rhwym, efallai bydd angen i chi gymryd meddyginiaeth i'ch gweithio. Gall eich meddyg roi'r rhain i chi.

## **Dolur rhydd**

Gall cemotherapi hefyd achosi dolur rhydd. Bydd eich meddyg neu nyrs yn dweud wrthyhch os gallai hyn ddigwydd gyda'ch triniaeth. Byddant hefyd yn dweud wrthyhch pryd y dylech gysylltu â'r ysbyty os yw hyn yn digwydd. Mae yna feddyginiaethau a all helpu. Mae'n bwysig yfed digon os oes gennych ddolur rhydd.

## **Ceg ddolurus**

Gall eich ceg fynd yn ddolurus neu sych, neu efallai y byddwch yn sylwi ar wlserau bach. Gall yfed digon a glanhau eich dannedd gyda brws dannedd meddal helpu.

Ceisiwch osgoi bwydydd poeth a sbeislyd a all lidio'ch ceg. Dywedwch wrth eich meddyg neu nyrs os yw eich ceg yn teimlo'n ddolurus. Byddant yn gwirio am haint ac efallai yn rhoi golch ceg neu feddyginiaeth i chi i helpu.



## **Chwant bwyd**

Mae rhai pobl yn colli eu chwant bwyd. Gall hyn bara am ychydig ddyddiau neu yn hirach. Os ydych yn meddwl nad ydych yn bwyta digon, neu os ydych yn colli pwysau, siaradwch â'ch meddyg neu nyrs. Gallant awgrymu ffyrdd i gynyddu eich chwant bwyd a chadw at bwysau iach.

## **Newid blas**

Efallai y sylwch fod bwyd yn blasu'n wahanol. Mae rhai pobl yn cael blas rhyfedd yn eu ceg. Gall sugno melysion heb siwgr neu fintys helpu. Daw blas normal yn ôl wedi i'r driniaeth orffen fel arfer.

## **Effeithiau ar y nerfau**

Gall rhai cyffuriau cemotherapi ddifrodi rhai nerfau yn y corff. Gall hyn achosi fferdod, pinnau bach neu boen. Mae hyn fel arfer yn dechrau yn y bysedd a bysedd traed. Dywedwch wrth eich meddyg neu nyrs os yw hyn yn digwydd. Mae hyn fel arfer yn gwella ar ôl i'r driniaeth orffen. Ar gyfer rhai pobl, gall bara'n hirach.

**Mae'n bwysig eich bod yn rhoi gwybod i'ch meddyg yn syth os ydych yn teimlo'n wael neu os oes gennych sgil effeithiau difrifol, hyd yn oed os na sonnir amdanynt yma.**

## **Gwybodaeth bwysig arall**

### **Ceuladau gwaed**

Gall cancer a chemotherapi gynyddu'r siawns o ddatblygu ceulad gwaed. Gall ceulad gwaed achosi:

- poen, cochni neu chwydd mewn braich neu goes
- diffyg anadl neu beswch
- poen yn y frest.

Cysylltwch â'ch meddyg yn syth os oes gennych unrhyw un o'r symptomau hyn. Mae ceulad gwaed yn ddifrifol ond gall eich meddyg ei drin gyda chyffuriau. Gall eich meddyg neu nyrs roi rhagor o wybodaeth i chi.

### **Meddyginiaethau eraill**

Gall rhai meddyginiaethau effeithio ar gemotherapi neu fod yn niweidiol pan fyddwch yn ei gael. Mae hyn yn cynnwys meddyginiaethau y gallwch eu prynu mewn siop neu fferyllfa. Dywedwch wrth eich meddyg cancer am unrhyw gyffuriau rydych yn eu cymryd, gan gynnwys fitaminau, cyffuriau llysieuol a therapïau cyflenwol.

### **Ffrwythlondeb**

Gall eich triniaeth effeithio ar eich gallu i ddod yn feichiog neu i wneud rhywun yn feichiog. Os ydych yn poeni am hyn, siaradwch â'ch meddyg neu nyrs cyn i'r driniaeth ddechrau.

### **Atal cenhedlu**

Bydd eich meddyg yn eich cynghori i beidio â dod yn feichiog neu i wneud rhywun yn feichiog yn ystod triniaeth. Gallai'r cemotherapi niweidio babi sy'n datblygu. Mae'n bwysig defnyddio dull atal cenhedlu yn ystod eich triniaeth.

## **Rhyw**

Os ydych chi'n cael rhyw yn ystod yr ychydig ddiwrnodau cyntaf ar ôl cael cemotherapi, bydd angen i chi ddefnyddio condom neu argae deintyddol. Mae hyn i amddiffyn eich partner rhag y cyffuriau cemotherapi. Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs os ydych chi'n poeni am hyn.

## **Bwydo o'r fron**

Ni ddylech fwydo o'r fron yn ystod triniaeth ac am beth amser ar ôl iddi orffen. Mae hyn oherwydd gellid pasio'r cemotherapi i fabi trwy laeth o'r fron.

## **Triniaeth feddygol a deintyddol**

Os bydd angen i chi fynd i'r ysbyty am unrhyw reswm arall heblaw canser, dywedwch wrth y meddygon a nyrsys eich bod yn cael cemotherapi. Dywedwch enw eich meddyg canser wrthynt fel y gallant ofyn am gyngor.

Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs canser os byddwch angen triniaeth ddeintyddol. Dywedwch wrth eich deintydd eich bod yn cael cemotherapi.

## **Brechiadau**

Gall brechiadau ostwng eich perygl o gael heintiau penodol. Fel arfer mae meddygon yn argymhell bod pobl â chanser yn cael brechiad fflw a brechiad coronafeirws. Mae'r ddau yn frechiadau anweithredol a all helpu i leihau'r risg o haint. Gall pobl â systemau imiwneidd gwan gael y rhain, gan nad ydynt yn frechiadau byw.

Os yw eich system imiwneidd yn wan, mae angen i chi osgoi brechiadau byw. Mae hyn oherwydd y gallant eich gwneud yn sâl.

## **Teithio**

Siaradwch â'ch meddyg neu nyrs os ydych yn cynllunio teithio dramor yn ystod triniaeth. Efallai na fyddwch yn gallu cael rhai brechlynnau penodol. Byddant hefyd yn gwirio os yw'n ddiogel i chi i hedfan.

Cofiwch gymryd gofal ychwanegol yn yr haul. Gall rhai cyffuriau cemotherapi wneud eich croen yn fwy tebygol o losgi.

## **Gweithio yn ystod cemotherapi**

Efallai bydd angen i chi gymryd amser i ffwrdd o'r gwaith yn ystod cemotherapi. Mae angen i rai pobl barhau i weithio am resymau ariannol. Gall eich meddyg neu nyrs roi cyngor i chi a dweud wrthynt ba gefnogaeth sydd ar gael. Mae gennym wybodaeth am waith a chanser ac am hawlio budd-daliadau os nad ydych yn gallu gweithio.

## Cael y gofal a'r cymorth cywir i chi

Os oes gennych ganser a ddim yn siarad Saesneg, efallai eich bod yn poeni y bydd hyn yn effeithio ar eich triniaeth a'ch gofal canser. Ond dylai eich tîm gofal iechyd gynnig gofal, cymorth a gwybodaeth i chi sy'n bodloni'ch anghenion.

Gwyddom y gall pobl wynebu heriau ychwanegol weithiau wrth gael y cymorth cywir. Er enghraifft, os ydych yn gweithio neu os oes gennych deulu, gall fod yn anodd dod o hyd i amser i fynd i apwyntiadau ysbyty. Efallai y bydd gennych bryderon hefyd am arian a chostau cludiant. Gall hyn i gyd fod yn straen ac yn anodd ymdopi ag ef.

Ond mae help ar gael. Gall ein llinell gymorth am ddim **0808 808 00 00** gynnig cyngor, yn eich iaith, am eich sefyllfa. Gallwch siarad â nyrsys, pobl sy'n cynnig canllawiau ariannol, cynghorwyr hawliau lles a chynghorwyr cymorth gwaith.

Rydym hefyd yn cynnig Grantiau Macmillan i bobl â chanser. Mae'r rhain yn daliadau untro y gellir eu defnyddio ar gyfer pethau fel parcio mewn ysbyty, costau teithio, gofal plant neu filiau gwresogi.

## Sut y gall Macmillan eich helpu chi

Yn Macmillan, rydym yn gwybod sut y gall diagnosis canser effeithio ar bopeth, ac rydym yma i'ch cefnogi.

### Llinell Gymorth Macmillan

Mae gennym ni gyfieithwyr, felly gallwch chi siarad â ni yn eich iaith. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith rydych am ei defnyddio. Gallwn helpu gyda chwestiynau meddygol, rhoi gwybodaeth i chi am gymorth ariannol, neu fod yno i wrando os oes angen rhywun i siarad â chi. Mae'r llinell ffôn gyfrinachol am ddim ar agor 7 diwrnod yr wythnos, 8am i 8pm. Ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

### Sgwrs we

Gallwch anfon neges sgwrs we atom yn dweud yr hoffech gael cyfieithydd. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith sydd ei hangen arnoch, a byddwn yn trefnu i rywun gysylltu â chi. Cliciwch ar y botwm 'Sgwrsio â ni', sy'n ymddangos ar dudalennau ar draws y wefan. Neu ewch i [macmillan.org.uk/talktous](https://www.macmillan.org.uk/talktous)

### Gwefan Macmillan

Mae ein gwefan yn cynnwys llawer o wybodaeth yn Saesneg am ganser. Mae mwy o wybodaeth hefyd mewn ieithoedd eraill ar [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

Gallwn hefyd drefnu cyfieithiadau ar eich cyfer chi yn unig. E-bostiwch ni ar [cancerinformationteam@macmillan.org.uk](mailto:cancerinformationteam@macmillan.org.uk) a dywedwch beth rydych ei angen.

### Canolfannau gwybodaeth

Mae ein canolfannau gwybodaeth a chymorth wedi eu lleoli mewn ysbytai, llyfrgelloedd a chanolfannau symudol. Ymwelwch ag un i gael yr wybodaeth sydd ei hangen arnoch a siaradwch â rhywun wyneb yn wyneb. Cewch hyd i'ch canolfan agosaf ar [macmillan.org.uk/informationcentres](https://www.macmillan.org.uk/informationcentres) neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

### **Grwpiau cefnogaeth lleol**

Mewn grŵp cefnogaeth, gallwch siarad â phobl eraill sydd wedi'u heffeithio gan ganser. Gallwch ddysgu am grwpiau cefnogaeth yn eich ardal ar [macmillan.org.uk/supportgroups](https://www.macmillan.org.uk/supportgroups) neu ffoniwch ni ar **0808 808 00 00**.

### **Cymuned Ar-lein Macmillan**

Gallwch hefyd siarad â phobl eraill sydd wedi'u heffeithio gan ganser ar-lein ar [macmillan.org.uk/community](https://www.macmillan.org.uk/community) Gallwch gael mynediad iddo ar unrhyw adeg o'r dydd neu'r nos. Gallwch rannu'ch profiadau, gofyn cwestiynau, neu ddarllen yr hyn mae pobl wedi eu postio.

## Rhestr geiriau

Gair	Yn Saesneg	Sut i'w ddweud yn Saesneg	Ystyr
Anfalaen	Benign	Bee-nine	Lwmp yn y corff nad yw'n ganser ac na all ledaenu i unrhyw ran arall o'r corff.
Celloedd	Cells	Sells	Y blociau adeiladu bach sy'n llunio organau a meinwe ein corff.
Celloedd gwaed coch	Red blood cells	Red blud sells	Celloedd yn ein gwaed sy'n cario ocsigen o gwmpas y corff.
Celloedd gwaed gwyn	White blood cells	Why-t blud sells	Celloedd yn ein gwaed sy'n ymladd haint.
Dolur rhydd	Diarrhoea	Die-ar-reea	Pan fydd eich pŵ yn feddal neu'n ddyfrllyd. Efallai byddwch angen y toiled yn amlach neu ar frys. Efallai bydd gennych boen bol hefyd.
Gwellhad	Cured	Cue-urd	Pan nad oes unrhyw gelloedd cancer ar ôl yn y corff.
Llawfeddygaeth	Surgery	Sir-jyri	Cael llawdriniaeth.
Llinell ganolog	Central line	Sen-tral layn	Tiwb tenau sy'n mynd i mewn i wythien yn eich brest. Fe'i ddefnyddir i roi cemotherapi. Mae un pen yn aros y tu allan i'r corff.
Llinell PICC	PICC line	PICK	Tiwb tenau sy'n mynd i mewn i wythien yn eich braich. Fe'i ddefnyddir i roi cemotherapi. Mae un pen yn aros y tu allan i'r corff.
Malaen	Malignant	Mall-ig-nunt	Lwmp yn y corff sy'n ganser ac a all ledaenu o amgylch y corff.
Platennau	Platelets	Playt-lets	Celloedd sy'n helpu'r gwaed i geulo.

Radiotherapi	Radiotherapy	Ray-dio – ther- apee	Triniaeth cancer sy'n defnyddio pelydrau X ynni uchel i ddinistrio celloedd cancer.
Rhwymedd	Constipation	Con-stip-ayshun	Pan mae'n anodd neu'n boenus i gael pŵ. Efallai na fyddwch yn mynd mor aml, neu efallai bod eich pŵ yn galed a lympiog.
Sgil effeithiau	Side effects	Sighed eff-ectz	Effeithiau digroeso triniaeth cancer. Er enghraifft, colli gwallt, teimlo'n sâl neu flinedig. Mae'r rhan fwyaf o sgil effeithiau'n mynd ar ôl i'r driniaeth ddod i ben.
Tiwmor	Tumour	Teew-more	Grŵp o gelloedd sy'n tyfu mewn ffordd annormal. Mae'r celloedd annormal yn lluosogi ac yn ffurfio lwmp.
Y system lymffatig	Lymphatic system	Lim-fat-ic sis-tem	Rhwydwaith o lestri a chwarennau ledled y corff sy'n helpu i ymladd haint.

## Mwy o wybodaeth yn Gymraeg

Mae gennym wybodaeth yn eich iaith am y pynciau hyn:

<p><b>Mathau o ganser</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Canser y fron</li><li>• Canser y coluddyn mawr</li><li>• Canser yr ysgyfaint</li><li>• Canser y brostad</li></ul> <p><b>Triniaethau</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cemotherapi</li><li>• Radiotherapi</li><li>• Llawfeddygaeth</li></ul>	<p><b>Byw â chanser</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Canser a'r coronafeirws</li><li>• Hawlio budd-daliadau pan mae gennych chi ganser</li><li>• Problemau bwyta a chanser</li><li>• Diwedd oes</li><li>• Bwyta'n iach</li><li>• Help gyda chostau pan fydd gennych chi ganser</li><li>• Os cewch ddiagnosis o ganser – Canllaw cyflym</li><li>• Sepsis a chanser</li><li>• Sgil effeithiau triniaeth canser</li><li>• Blinder (lludded) a chanser</li></ul>
---	---

I weld yr wybodaeth hon, ewch i [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

## Cyfeiriadau a diolchiadau

Mae'r wybodaeth hon wedi ei hysgrifenu a'i golygu gan dîm Datblygu Gwybodaeth Canser Cymorth Canser Macmillan. Mae wedi cael ei chyfieithu gan gwmni cyfieithu.

Mae'r wybodaeth a gynhwysir yn seiliedig ar y llyfryn Macmillan **Understanding chemotherapy**. Gallwn anfon copi atoch chi, ond mae'r llyfryn llawn ar gael yn Saesneg yn unig.

Mae'r wybodaeth wedi ei hadolygu gan arbenigwyr perthnasol a'i chymeradwyo gan ein Prif Olygydd Meddygol, yr Athro Tim Iveson, Oncolegydd Meddygol Ymgynghorol a Phrif Olygydd Meddygol Macmillan.

Diolch hefyd i'r bobl sydd wedi eu heffeithio gan ganser a adolygodd yr wybodaeth hon.

Mae'n holl wybodaeth yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael. Am ragor o wybodaeth am y ffynonellau a ddefnyddiwn, cysylltwch â ni yn **bookletfeedback@macmillan.org.uk**

MAC12464\_Welsh

Cynnwys wedi'i adolygu: 2022  
Adolygiad nesaf a gynllunnir: 2025

Rydym yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod yr wybodaeth a ddarperir gennym yn gywir ac yn gyfredol ond ni ddylid dibynnu arni yn lle cael cyngor proffesiynol arbenigol sy'n benodol ar gyfer eich sefyllfa chi. Cyn belled ag y caniateir gan y gyfraith, nid yw Macmillan yn derbyn atebolrwydd mewn perthynas â defnyddio unrhyw wybodaeth a gynhwysir yn y cyhoeddiad hwn neu wybodaeth trydydd parti neu wefannau sydd wedi'u cynnwys neu y cyfeirir atynt ynddo.

© Cymorth Canser Macmillan 2022. Elusen gofrestrdig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Hefyd yn gweithredu yng Ngogledd Iwerddon. Swyddfa gofrestrdig 89 Albert Embankment, Llundain, SE1 7UQ.



Patient Information Forum



## Chemotherapy

This information is about chemotherapy.

Any words that are underlined are explained in the word list at the end. The word list also includes how to say the words in English.

Many people with cancer will have chemotherapy as part of their treatment.

Some people also have other treatments such as surgery, radiotherapy, targeted therapies or other anti-cancer drugs. The doctors at the hospital will talk to you about your treatment. We also have information in your language about these treatments.

If you have any questions about this information, ask your doctor, nurse or pharmacist at the hospital where you are having treatment.

You can also call Macmillan Cancer Support on freephone **0808 808 00 00**, 7 days a week, 8am to 8pm. We have interpreters, so you can speak to us in your own language. When you call us, please tell us in English which language you need.

There is more cancer information in other languages at [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

### This information is about:

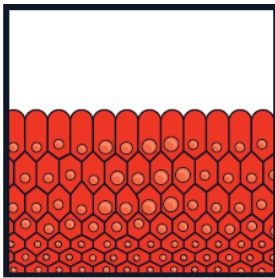
- What is cancer?
- What is chemotherapy?
- When is chemotherapy used?
- Having chemotherapy
- Understanding your treatment
- Tests before treatment
- Where will you have treatment?
- How long does treatment take?
- Changes to your treatment plan
- Side effects
- Other important information
- Getting the right care and support for you
- How Macmillan can help you
- Word list
- More information in your language
- References and thanks

## What is cancer?

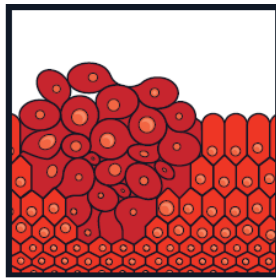
Cancer starts in the cells in our body. Cells are tiny building blocks that make up the body's organs and tissues. Cells receive signals from the body, telling them when to grow and when to divide to make new cells. This is how our bodies grow and heal. These cells can become old, damaged or no longer needed. When this happens, the cell gets a signal from the body to stop working and die.

Sometimes these signals can go wrong, and the cell becomes abnormal. The abnormal cell may keep dividing to make more and more abnormal cells. These can form a lump, called a tumour.

**Normal cells**



**Cells forming a tumour**



Not all tumours are cancer. A tumour that is not cancer (a benign tumour) may grow, but it cannot spread to anywhere else in the body. It usually only causes problems if it grows and presses on nearby organs.

A tumour that is cancer (a malignant tumour) can grow into nearby tissue.

Cancer cells sometimes break away from the first cancer and travel through the blood or lymphatic system to other parts of the body. Cancer cells that spread and develop into a tumour somewhere else in the body are called a secondary cancer.

## What is chemotherapy?

Chemotherapy drugs damage cancer cells so that they die. Healthy cells can also be damaged but they will usually repair themselves.

Chemotherapy can be given in different ways. You may have one or more drugs during your treatment. Most chemotherapy drugs are carried in the blood. This means they can reach cancer cells anywhere in the body.

## When is chemotherapy used?

Chemotherapy can be used on its own or with other types of treatment such as targeted therapies, surgery or radiotherapy. It can be given:

- as the main treatment for certain types of cancer
- before other treatments, to make the cancer smaller
- at the same time as other treatments
- after other treatments, to try to stop the cancer coming back
- to help someone feel better or live longer, if the cancer cannot be cured.

Chemotherapy is also sometimes used to treat conditions that are not cancer.

## Having chemotherapy

You will usually have your chemotherapy as a course of treatment sessions. Each session is followed by some rest days when you have no chemotherapy. This is called a **cycle** of treatment. The number of cycles you have depends on what type of cancer you have. Your cancer doctor will talk to you about how many cycles you need.

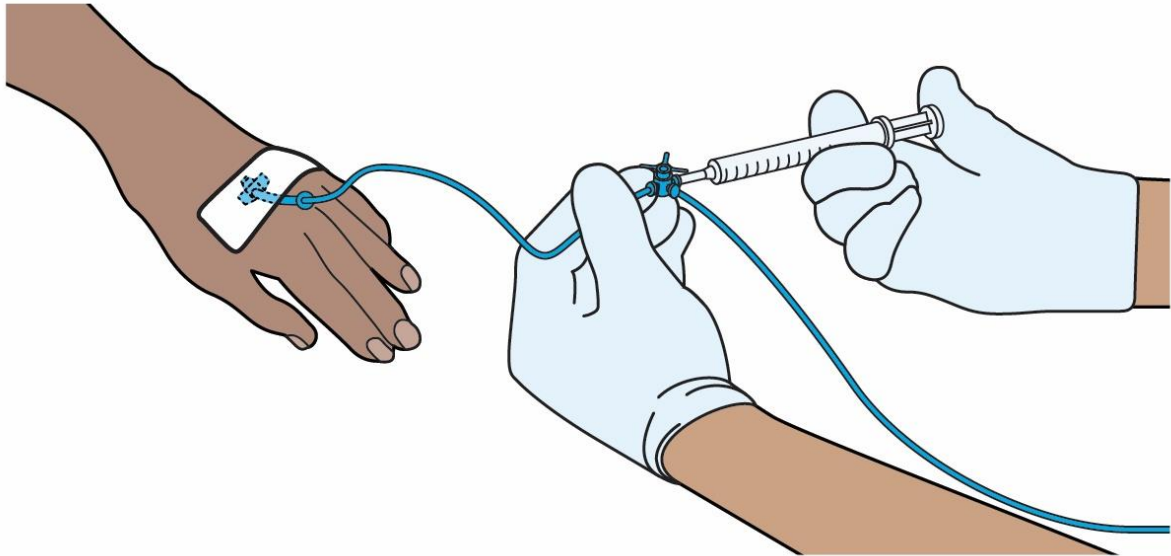
Chemotherapy drugs can be given in different ways. They can be given:

- as an injection or drip into a vein
- as tablets or capsules
- by injection under the skin
- by injection into a muscle
- by injection into the fluid around the spine (intrathecal chemotherapy)
- into an area such as the bladder
- as a cream for some skin cancers.

## Having chemotherapy into a vein

Most chemotherapy drugs are given into a vein. They are usually given through a small tube called a cannula. The nurse will put the cannula into a vein in your hand or arm. The nurse will then connect the cannula to either a fluid bag or a syringe with chemotherapy inside. The cannula will be taken out before you go home.

### A cannula:



Chemotherapy can also be given through a tube in your arm or chest. A line in your arm is called a PICC line. A line in your chest is called a central line. The line stays in during your treatment. Your nurse will talk to you about this if you need one.

### A central line:



## A PICC line:



Many people worry that chemotherapy will be painful, or that they will feel different when it is being given. Having chemotherapy into a vein should not be painful, so tell your nurse straight away if it hurts.

Sometimes, a portable pump can be used to give chemotherapy at home.

### **Having chemotherapy as tablets**

Chemotherapy tablets can be taken at home. Only some types of chemotherapy are tablets. It is important to remember that they can still have side effects.

### **Understanding your treatment**

Before you have treatment, your doctor, nurse or pharmacist will explain:

- why you need it
- how often you will have it
- the possible side effects
- how you may feel after the treatment.

No treatment should be given unless you understand why you are having it and how you may feel. You will be asked to sign a form to show that you agree to the treatment and understand its possible side effects. This is called a consent form.

It is a good idea to take someone with you who speaks both your language and English. The hospital may have interpreters, but try to ask for one in advance if you would like one.

Many people are worried at the thought of having chemotherapy. It can help to ask your doctor, nurse or pharmacist any questions you have about your treatment.

## Tests before treatment

You may need some tests before starting your treatment. These help the doctors check that you are well enough to have your treatment. These usually include blood tests and maybe checks of your kidneys or heart. Sometimes, you may need to have x-rays or scans. You will also have your height and weight measured. If you could be pregnant, you may be asked to take a pregnancy test.

Before each treatment, you may have a blood test. This may be on the day of your treatment or a day or two before. Your doctor or nurse will check your blood results and ask you how you have felt since your last treatment.

## Where will you have treatment?

You usually have treatment in a day unit or a hospital ward. Sometimes you can have it at home. You can talk to your doctor, nurse or pharmacist about where you will have treatment. It is important to make sure that this is the safest place for you to have it. You may need to travel for your treatment. Talk to your nurse if you need help getting to hospital or if you need help with the cost of travelling there.

## How long does treatment take?

You can usually have chemotherapy into a vein as a 'day patient'. This means you do not need to stay overnight and you can go home after the treatment. Treatment may take from half an hour to a few hours. Some people may need to stay in hospital for a short time.

Your course of treatment will usually last for a few months. This will depend on what type of cancer you have.

## Changes to your treatment plan

Your doctors use tests to check the effect of the treatment on your body. Sometimes your treatment may need to be delayed or changed to give your body time to recover. Your doctor will talk to you about this.

## Side effects

Chemotherapy drugs can cause side effects that make you feel unwell. This is because they affect healthy cells in your body. Most side effects will get better after treatment ends, but some can last longer. Your doctor, nurse or pharmacist will talk to you about any side effects you may get.

Different drugs cause different side effects. Some people have very few side effects while others may have more.

We describe the most common side effects here. It is unlikely that you will get all of these. If you notice any side effects which are not listed here, or if you have any questions about side effects, ask your doctor, nurse or pharmacist.

**Your nurse will give you telephone numbers so you can call the hospital if you feel unwell or need advice. You can call any time of the day or night. Save these numbers in your phone or keep them somewhere safe.**

## **Infection**

Chemotherapy can reduce the number of white blood cells in your blood. This is called neutropenia. This makes you more likely to get an infection.

Contact the hospital straight away on the contact number you've been given if:

- your temperature goes over 37.5°C (99.5°F)
- you suddenly feel unwell, even with a normal temperature
- your temperature goes below 36°C (96.8°F).
- you have symptoms of an infection, such as:
  - feeling hot or cold
  - feeling shaky
  - a sore throat
  - a cough or feeling short of breath
  - diarrhoea
  - needing to pee a lot.

Your white blood cells usually return to normal before your next treatment. You will have a blood test before having more chemotherapy. If your white blood cells are still low, your doctor may delay your treatment for a short time.

Sometimes you may have injections of a drug called G-CSF to help your bone marrow make more white blood cells.

## **Anaemia**

Chemotherapy can reduce the number of red blood cells in your blood. This can make you feel tired and breathless. Tell your doctor or nurse if you feel like this. You may need to be given extra red blood cells (blood transfusion). Or your doctor may give you drugs to help your body make more red blood cells.

## **Bruising and bleeding**

Chemotherapy can reduce the number of platelets in your blood. Platelets are cells that help the blood to clot. Tell your doctor or nurse if you have any bruising or bleeding. This includes nosebleeds, bleeding gums, blood spots or rashes on the skin. Some people may need to be given extra platelets.

## **Tiredness**

Feeling very tired is a common side effect. It is often worse towards the end of treatment. It can last for some time after your treatment finishes. Try to get as much rest as you need. It helps to also do some gentle exercise such as short walks. If you feel sleepy, do not drive or operate machines.

### **Feeling sick or being sick**

You might feel sick if you have chemotherapy. Your doctor may give you anti-sickness drugs (medicine) to help. Take them exactly as your doctor, nurse or pharmacist explains to you. If you still feel sick, contact the hospital as soon as possible. They can give you advice and change the medicine to one that works better for you.

### **Hair loss**

Many people find this side effect very upsetting. Not all chemotherapy drugs make your hair fall out. Some drugs make some hair fall out. Others can make all of your hair fall out. This can include body hair too. Your doctor or nurse will explain what might happen. They can also give you advice on how to look after your hair and scalp. You can also ask about getting a wig or hairpiece.

If your hair falls out, it usually happens 2 to 3 weeks after starting treatment. Sometimes it can happen within a few days. Hair usually grows back over a few months once you finish treatment.

You may be able to reduce hair loss by using something called scalp cooling or a cold cap. This lowers the temperature of your scalp during treatment. Not everyone can have scalp cooling, but you can ask your nurse whether it would be useful for you.

### **Constipation**

Chemotherapy can cause constipation. Drinking lots of fluids, eating foods with lots of fibre, and taking gentle exercise can help. If you still have constipation, you may need to take a medicine called a laxative. Your doctor can give these to you.

### **Diarrhoea**

Chemotherapy can also cause diarrhoea. Your doctor or nurse will tell you if this might happen with your treatment. They will also tell you when you should contact the hospital if this happens. There are medicines that can help. It is important to drink plenty of fluids if you have diarrhoea.

### **Sore mouth**

Your mouth may become sore or dry, or you may notice small ulcers. Drinking lots of fluids and cleaning your teeth gently with a soft toothbrush can help.

Try to avoid hot and spicy foods that can irritate your mouth. Tell your doctor or nurse if your mouth feels sore. They will check for infection and may give you a mouthwash or medicine to help.

### **Loss of appetite**

Some people lose their appetite. This may last a few days or longer. If you think you are not eating enough, or if you are losing weight, talk to your doctor or nurse. They can suggest ways to increase your appetite and keep to a healthy weight.

### **Taste changes**

You may notice that food tastes different. Some people get a strange taste in their mouth. Sucking on sugar-free sweets or mints may help. Normal taste usually comes back after treatment finishes.



### **Effects on the nerves**

Some chemotherapy drugs can damage some nerves in the body. This can cause numbness, tingling or pain. This feeling usually starts in the fingers and toes. Tell your doctor or nurse if this happens. This usually improves after treatment has finished. For some people, it can last longer.

**It's important to let your doctor know straight away if you feel unwell or have any severe side effects, even if they're not mentioned here.**

### **Other important information**

#### **Blood clots**

Both cancer and chemotherapy can increase the chance of developing a blood clot. A blood clot can cause:

- pain, redness or swelling in an arm or leg
- breathlessness or coughing
- chest pain.

Contact your doctor straight away if you have any of these symptoms. A blood clot is serious but your doctor can treat it with drugs. Your doctor or nurse can give you more information.

#### **Other medicines**

Some medicines can affect chemotherapy or be harmful when you are having it. This includes medicines you can buy in a shop or chemist. Tell your cancer doctor about any drugs you are prescribed or buy, including vitamins, herbal drugs and complementary therapies.

#### **Fertility**

Your treatment may affect your ability to get pregnant or make someone pregnant. If you are worried about this, talk to your doctor or nurse before treatment starts.

#### **Contraception**

Your doctor will advise you not to become pregnant or make someone pregnant during treatment. The chemotherapy may harm a developing baby. It is important to use contraception during your treatment.

#### **Sex**

If you have sex within the first couple of days of having chemotherapy, you need to use a condom or a dental dam. This is to protect your partner from the chemotherapy drugs. Talk to your doctor or nurse if you are worried about this.

#### **Breastfeeding**

You should not breastfeed during treatment or for some time after. This is because chemotherapy could be passed to a baby through breast milk.

## **Medical and dental treatment**

If you need to go into hospital for any reason other than cancer, always tell the doctors and nurses that you are having chemotherapy. Tell them the name of your cancer doctor so they can ask for advice.

Talk to your cancer doctor or nurse if you need dental treatment. Always tell your dentist you are having chemotherapy.

## **Vaccinations**

Vaccinations can reduce your risk of getting certain infections. Doctors usually recommend that people with cancer have a flu vaccination and a coronavirus vaccination. These are both inactivated vaccinations that can help reduce the risk of infection. People with weak immune systems can have these, as they are not live vaccinations.

If your immune system is weak, you need to avoid live vaccinations. This is because they can make you unwell.

## **Travel**

Talk to your doctor or nurse if you are planning to travel abroad during treatment. You may not be able to have certain vaccines. They will also check if it is safe for you to fly.

Remember to take extra care in the sun. Some chemotherapy drugs can make your skin more likely to burn.

## **Working during chemotherapy**

You may need to take time off work during chemotherapy. Some people need to keep working for financial reasons. Your doctor or nurse can give you advice and tell you about support that is available. We have information about work and cancer and about claiming benefits if you cannot work.

## **Getting the right care and support for you**

If you have cancer and do not speak English, you may be worried that this will affect your cancer treatment and care. But your healthcare team should offer you care, support and information that meets your needs.

We know that sometimes people may face extra challenges in getting the right support. For example, if you work or have a family it can be hard to find time to go to hospital appointments. You might also have worries about money and transport costs. All of this can be stressful and hard to cope with.

But help is available. Our free support line **0808 808 00 00** can offer advice, in your language, about your situation. You can speak to nurses, financial guides, welfare rights advisers and work support advisers.

We also offer Macmillan Grants to people with cancer. These are one-off payments that can be used for things like hospital parking, travel costs, childcare or heating bills.

## How Macmillan can help you

At Macmillan, we know how a cancer diagnosis can affect everything, and we are here to support you.

### Macmillan Support Line

We have interpreters, so you can speak to us in your language. Just tell us, in English, the language you want to use. We can help with medical questions, give you information about financial support, or be there to listen if you need someone to talk to. The free, confidential phone line is open 7 days a week, 8am to 8pm. Call us on **0808 808 00 00**.

### Web chat

You can send us a web chat message saying you would like an interpreter. Tell us, in English, the language you need, and we will arrange for someone to contact you. Click on the 'Chat to us' button, which appears on pages across the website. Or go to **macmillan.org.uk/talktous**

### Macmillan website

Our website has lots of information in English about cancer. There is also more information in other languages at **macmillan.org.uk/translations**

We can also arrange translations just for you. Email us at **cancerinformationteam@macmillan.org.uk** to tell us what you need.

### Information centres

Our information and support centres are based in hospitals, libraries and mobile centres. Visit one to get the information you need and speak with someone face to face. Find your nearest centre at **macmillan.org.uk/informationcentres** or call us on **0808 808 00 00**.

### Local support groups

At a support group, you can talk to other people affected by cancer. Find out about support groups in your area at **macmillan.org.uk/supportgroups** or call us on **0808 808 00 00**.

### Macmillan Online Community

You can also talk to other people affected by cancer online at **macmillan.org.uk/community** You can access it at any time of day or night. You can share your experiences, ask questions, or just read through people's posts.

## Word list

<b>Word</b>	<b>Meaning</b>
Benign	A lump in the body that is not cancer and cannot spread to anywhere else in the body.
Cells	The tiny building blocks that make up the organs and tissues of our body.
Central line	A thin tube that goes into a vein in your chest. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
Constipation	When you find it difficult or painful to poo. You might not be going as often as usual, or your poo might be hard and lumpy.
Cured	When there are no cancer cells left in the body.
Diarrhoea	When you have soft or watery poo. You might need the toilet more than usual or very urgently. You may also have tummy pain.
Lymphatic system	A network of vessels and glands throughout the body that helps to fight infection.
Malignant	A lump in the body that is cancer and can spread around the body.
PICC line	A thin tube that goes into a vein in your arm. It is used to give chemotherapy. One end stays outside the body.
Platelets	Cells that help the blood to clot.
Radiotherapy	A cancer treatment that uses high-energy x-rays to kill cancer cells.
Red blood cells	Cells in our blood that carry oxygen around the body.
Side effects	Unwanted effects of cancer treatment. For example, hair loss, feeling sick or tiredness. Most side effects go away after treatment finishes.
Surgery	Having an operation.
Tumour	A group of cells that are growing in an abnormal way. The abnormal cells keep multiplying and form a lump.
White blood cells	Cells in our blood that fight infection.

## More information in your language

We have information in your language about these topics:

<p><b>Types of cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Breast cancer</li><li>• Large bowel cancer</li><li>• Lung cancer</li><li>• Prostate cancer</li></ul> <p><b>Treatments</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chemotherapy</li><li>• Radiotherapy</li><li>• Surgery</li></ul>	<p><b>Living with cancer</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cancer and coronavirus</li><li>• Claiming benefits when you have cancer</li><li>• Eating problems and cancer</li><li>• End of life</li><li>• Healthy eating</li><li>• Help with costs when you have cancer</li><li>• If you're diagnosed with cancer – A quick guide</li><li>• Sepsis and cancer</li><li>• Side effects of cancer treatment</li><li>• Tiredness (fatigue) and cancer</li></ul>
---	---

To see this information, go to [macmillan.org.uk/translations](https://www.macmillan.org.uk/translations)

## References and thanks

This information has been written and edited by Macmillan Cancer Support's Cancer Information Development team. It has been translated by a translation company.

The information included is based on the Macmillan booklet **Understanding chemotherapy**. We can send you a copy, but the full booklet is only available in English.

This information has been reviewed by relevant experts and approved by our Chief Medical Editor, Professor Tim Iveson, Consultant Medical Oncologist and Macmillan Chief Medical Editor.

Thanks also to the people affected by cancer who reviewed this information.

All our information is based on the best evidence available. For more information about the sources we use, please contact us at **bookletfeedback@macmillan.org.uk**

MAC12464\_Welsh

Content reviewed: 2022

Next planned review: 2025

We make every effort to ensure that the information we provide is accurate and up-to-date but it should not be relied upon as a substitute for specialist professional advice tailored to your situation. So far as is permitted by law, Macmillan does not accept liability in relation to the use of any information contained in this publication or third-party information or websites included or referred to in it.

© Macmillan Cancer Support 2022. Registered charity in England and Wales (261017), Scotland (SC039907) and the Isle of Man (604). Also operating in Northern Ireland. Registered office 89 Albert Embankment, London SE1 7UQ.

